

令和7年1月 詳細献立表(アレルギー)

那覇市立真嘉比小学校 917-3473

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務(特定原材料)8品目		その他	
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ		魚、いか、たこ、貝類、木の実類(カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ等)、山芋	
※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。			
※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。			
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。			
※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。			
※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。			
※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。			
※ くるみは、表示義務の経過措置期間が2025年3月31日までとされているため、把握できる範囲にて表示しています。			

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料由来
7	火	牛乳 うちなー七草がゆ くるまふナゲット クープイリチー 大学いも		米 油 ぶた肉、こんぶ さつまいも、油、さとう、黒糖、ごま	鳥人参、大根、大根葉、小松菜、からしな、山東菜、カンダバ にんにく 切干大根、こんにゃく	
8	水	牛乳 担々うどん 大根のゆかりあえ	ぶた肉、とり肉、ぶたレバー、大豆、みそ	うどん(小麦)、ごま、ごま油	にんにく、生姜、もやし、チンゲン菜、コーン、 長ねぎ 大根、きゅうり、人参、しそ	小麦
9	木	牛乳 三色そばろ井(麦ごはん) 〃 (具) レタスのスープ	とり肉、とりレバー、たまご	米、麦 さとう、油	生姜、人参、小松菜 レタス、人参、しいたけ	
10	金	牛乳 麦ごはん とうがんにのつけ アランダースー てづくりムーチー	ぶた肉、とうふ、こんぶ	米、麦 さとう、油 さとう、油	こんにゃく、とうがんに、人参、いんげん 生姜	
14	火	牛乳 麦ごはん 関西風おそうじ ちくさやき *アレルギー対応食材 (ハンバーグ) いんげんのごまあえ	みそ たまご、とり肉、チーズ(乳) ぶた肉、とり肉	米、麦 白玉団子、里芋 油、さとう、でん粉 油、でん粉	大根、人参、小松菜、しいたけ、長ねぎ 玉ねぎ、ほうれん草、人参、しいたけ 玉ねぎ	
15	水	牛乳 麦ごはん 関東風おそうじ(汁) 〃 (もち) あつあげのみそいため きんかん	とり肉	米、麦 もち米粉、でん粉 油、さとう、ごま油、でん粉	大根、人参、小松菜、しいたけ 生姜、にんにく、たまねぎ、キャベツ、人参、もやし、しら、しめじ きんかん	
16	木	牛乳 ガバオライス(麦ごはん) 〃 (具) アーサのスープ てづくりおからドーナツ	ぶた肉、ぶたレバー、大豆	米、麦 油、さとう ごま油 ホットケーキミックス(小麦)、油、さとう	たまねぎ、人参、ピーマン、赤ピーマン、コーン、にんにく、生姜、バジル とうがんに、長ねぎ、しいたけ、生姜	魚醤
17	金	牛乳 クワアジュージー まぐろのタルタルやき パパイアあまずあえ ミルメーク	ぶた肉、かまぼこ(魚) まぐろ(魚) とり肉 大豆	米、油 油、卵なしマヨネーズ さとう、ごま さとう、ココア	しいたけ、人参、ねぎ たまねぎ、赤ピーマン、ピクルス、パセリ パパイア、きゅうり、人参、シークワーサー	
20	月	牛乳 麦ごはん マーボー大根 パンパンジー りんご	ぶた肉、ぶたレバー、大豆、とうふ、みそ	米、麦 油、さとう、ごま油、でん粉	大根、たまねぎ、人参、長ねぎ、しいたけ、きく らげ、にんにく、生姜 キャベツ、きゅうり、人参 りんご	小麦
21	火	牛乳 麦ごはん 八杯汁 和風おろしハンバーグ うめマヨあえ	とうふ ハンバーグ とり肉	米、麦 でん粉 さとう 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま	大根、長ねぎ、しいたけ 大根、しそ ごぼう、きゅうり、人参、うめぼし	
22	水	牛乳 きなこあげパン ミネストローネ サウザンサラダ	きな粉 ベーコン、大豆	コッペパン(小麦・乳)、油、さとう じゃがいも	たまねぎ、人参、白菜、ズッキーニ、セロリー、 にんにく、トマト ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン	
23	木	牛乳 ゆかりごはん じゃが玉みそ汁 肉野菜いため たんかん	ベーコン、みそ ぶた肉、かまぼこ(魚)	米 じゃがいも 油	しそ たまねぎ、長ねぎ キャベツ、たまねぎ、人参、ピーマン、にんにく	魚醤
24	金	牛乳 キムチチャーハン しゅうまい チョレギサラダ フルーツ杏仁	ぶた肉 とり肉、ぶた肉、大豆粉、みそ わかめ、のり	米、油、ごま油 パン粉(小麦)、でん粉、さとう、油、小麦粉 ごま、さとう、ごま油 豆乳ゼリー	たまねぎ、人参、にら、白菜キムチ(小麦) 玉ねぎ、生姜 キャベツ、きゅうり、長ねぎ、にんにく みかん、おうとう、パイナップル	
27	月	牛乳 麦ごはん もずくすまし汁 とりのシークワーサーみそ焼き チヂンクニイリチー	もずく、とうふ とり肉、みそ ぶた肉	米、麦 さとう 油、さとう	えのきたけ、長ねぎ、生姜 シークワーサー 鳥人参、たまねぎ、にんにく、こんにゃく、にんにく	
28	火	牛乳 おにぎり しおさげ あおなのつけもの 栄養みそ汁	さけ(魚)	米 さとう、ごま 里芋	小松菜、白菜 大根、人参、ごぼう、パクチョイ	
29	水	牛乳 コッペパン ポタージュ コロケ せんキャベツ いちごジャム	脱脂粉乳(乳) 白いんげん豆、とり肉、豆乳 大豆粉	油、さとう、小麦粉 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン じゃがいも、小麦粉、油、さとう、パン粉(小麦)、でん粉	たまねぎ、人参、グリーンピース、パセリ にんじん、かぼちゃ、玉ねぎ、えだ豆	小麦
30	木	牛乳 ミートスパゲティ(めん) 〃 (ソース) フレンチサラダ プリン	ぶた肉、ぶたレバー、大豆	米、麦 油、さとう	キャベツ、きゅうり いちご、りんご	
31	金	牛乳 カレーライス(ごはん) 〃 (ルー) 塩もみ バナナ	とり肉、ぶたレバー 塩こんぶ	米 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン ごま油、ごま	たまねぎ、人参、にんにく、トマト 白菜、人参、きゅうり バナナ	小麦